

# KONSUM



Häufiger vegetarisch oder vegan essen

Saisonal und regional einkaufen

Unnötige Transportwege und Verpackungen vermeiden

Verschwendung und Abfall minimieren

## Bad Ragaz

Kuppelwieser Hofladen&Café

[kuppelwieser.bio](http://kuppelwieser.bio)



## Flums

Jenny & Jonas - Honig mit Herz

[jenny-jonas.ch](http://jenny-jonas.ch)



Rutzer Hereford Natura Beef

[rutzer-hereford.ch](http://rutzer-hereford.ch)



## Mels

Annemarie's Lädeli

[annemaries.ch](http://annemaries.ch)



Bergkäserei Mädris

[maedris.ch](http://maedris.ch)



Hofladen Täli

[hofladen-taeli.ch](http://hofladen-taeli.ch)



Lindenhof Gemüse

[lindenhof.biodeliver.de](http://lindenhof.biodeliver.de)



Sabine's Bergabo

Whatsapp 077 473 98 99



Heiligkreuzer Seife

[heiligkreuzer-seife.ch](http://heiligkreuzer-seife.ch)



## Sargans

Aeulihof Natura Beef

[aeulihof.ch](http://aeulihof.ch)



Städtlilade Gans im Glück

[gansimglueck.ch](http://gansimglueck.ch)



Wochenmarkt

[wochenmarkt-sargans.ch](http://wochenmarkt-sargans.ch)

## Sevelen

Bergerneuguet Hofladen

[seveler-büffel.ch](http://seveler-büffel.ch)



Böschnihof Hofladen

[boeschnihof.ch](http://boeschnihof.ch)



## Vilters

Heidihonig

[heidihonig.ch](http://heidihonig.ch)



## Walenstadt

Schwizer Walenstadt Hofladen

[schwizerwal.ch](http://schwizerwal.ch)



Silber Ranch Hofladen

[silberranch.ch](http://silberranch.ch)



Z'drumumä Unverpacktladen

[zdrumumae.ch](http://zdrumumae.ch)



## Legende

Honig	Früchte
Fleisch	Backwaren
Eingemachtes: Konfitüre, Chutney, ...	Eier
Gemüse	Grundnahrungsmittel
Käse- und Milchprodukte	Kosmetikprodukte
	Getränke

Der Verein Umweltgruppe Gonzen wurde im März 2021 von einer kleinen Gruppe engagierter Menschen aus der Region

Werdenberg/Sarganserland/Liechtenstein gegründet. Die Dringlichkeit, den Raubbau an der Natur aufzuhalten und strukturelle Veränderungen voran zu treiben, waren ausschlaggebend für die Initiative: wir müssen mehr tun, damit die Erde ein lebenswerter Ort für uns alle bleibt!

Das Ziel des Vereins ist es, unsere Umwelt und Natur zur Wahrung der Lebensqualität in der Gegenwart und für zukünftige Generationen zu schützen. Dazu gehört ganz wesentlich die Förderung des Bewusstseins für eine umfassende Nachhaltigkeit.

Der Verein sieht den Schwerpunkt seiner Aktivitäten lokal verwurzelt, in den Gemeinden der Regionen Werdenberg, Sarganserland und Liechtenstein. Er möchte einerseits Bürgerinnen und Bürger zu einem nachhaltigeren Lebensstil motivieren – und hierfür relevante Informationen bereit stellen und andererseits auf umweltfreundlichere politische Entscheidungen auf der Gemeindeebene hinwirken.

## Werde aktiv!

Wenn du dich lokal engagieren möchtest oder noch andere interessante Angebote kennst, melde dich bei uns!



[umgo.ch](http://umgo.ch)  
[flyer@umgo.ch](mailto:flyer@umgo.ch)

# KREISLAUF

nur das kaufen, was wirklich gebraucht wird  
hochwertige und langlebige Produkte wählen  
wiederverwendbare und reparierbare Artikel  
bevorzugen

brauchbare Dinge weitergeben

Gebraucht kaufen in Erwägung ziehen



## Bad Ragaz

Der Laden Bad Ragaz  
Secondhand und mehr  
[facebook.com/derladenbadragaz](https://facebook.com/derladenbadragaz)

## Balzers

94 Second Hand Balzers  
[94secondhand.li](https://94secondhand.li)

## Sargans

ReparierBar Sarganserland  
[reparierbar-sarganserland.com](https://reparierbar-sarganserland.com)

Velo spenden über die Werkstatt von Arwole  
[velafrica.ch](https://velafrica.ch)

Brockehus Sarganserland  
[brockehus-sarganserland.ch](https://brockehus-sarganserland.ch)

Kinderartikelbörse Sunnaboga  
[sunnaboga.ch](https://sunnaboga.ch)

Kleidertauschbörse Sargans  
[ref-sargans.ch/kleidertausch](https://ref-sargans.ch/kleidertausch)

deins & meins Secont Hand  
[deinsundmeins.shop](https://deinsundmeins.shop)

## Sevelen

Kinderartikelbörse Sevelen  
[ki-boe-sevelen.ch](https://ki-boe-sevelen.ch)

## überregional

Überraschungspakete mit Restwaren  
(Lebensmittel)  
[toogoodtogo.ch](https://toogoodtogo.ch)

Zero Waste  
[seefeld.style](https://seefeld.style)

Envogue Secondhand Damen-Mode in Chur  
[facebook.com/envogue.chur](https://facebook.com/envogue.chur)

Tschent Moda  
Secondhand Damen-Mode in Chur  
Obere Gasse 27

# HANDELN

Auch kleine Schritte bringen uns vorwärts; sei das  
mit einer Aktivität im Verein, sich zu informieren  
oder einfach Gespräche führen.

Birdlife Sarganserland  
[birdlife-sl.ch](https://birdlife-sl.ch)

Pro Velo  
[pro-velo.ch](https://pro-velo.ch)

Botanisch-Zoologische Gesellschaft Liechtenstein  
[bzg.li](https://bzg.li)

Liechtensteinische Gesellschaft für Umweltschutz  
[lgu.li](https://lgu.li)

Energiepfad Grabs  
[energiepfad.ch](https://energiepfad.ch)

Slow Up Autofreie Erlebnistage  
[slowup.ch/wfl](https://slowup.ch/wfl)

Klimagesprache  
[klimagespraechе.ch](https://klimagespraechе.ch)

Lebensmittelverschwendung vermeiden  
[foodwaste.ch](https://foodwaste.ch)



## Nachhaltiger Leben

im Sarganserland

Diese Broschüre wurde erstellt von der  
Umweltgruppe Gonzen, "UMGO".  
Der Verein setzt sich ein für Umwelt- und  
Naturschutz; zur Bewahrung der Lebensqualität in  
der Gegenwart und für zukünftige Generationen.  
[umgo.ch](https://umgo.ch)